

大学生受挫情境下心理弹性对认知偏向的影响

李奕慧, 刘小珍, 邱玥, 唐宏

赣南医学院心理学系, 江西 赣州 341000

【摘要】 目的 探讨不同心理弹性水平大学生在经历挫折后的认知特点, 为开展高校学生心理健康辅导工作提供参考。方法 采用心理弹性量表(CD-RISC), 从赣南医学院 800 名大学生被试中筛选出 20 名高心理弹性组被试和 20 名低心理弹性组被试, 实验一采用 2(心理弹性水平: 高、低)×2(情绪面孔图片: 积极、消极)的混合实验设计对 40 名大学生进行选择注意实验, 实验二采用 2(心理弹性水平: 高、低)×2(词汇: 积极、消极)的混合实验设计对 40 名大学生进行短时记忆再认实验。结果 受挫前高、低心理弹性组大学生均倾向于注意选择积极情绪面孔图片。受挫体验后, 高心理弹性组比低心理弹性组更快地选择积极情绪面孔图片($t=-2.072, P<0.05$); 相对低心理弹性组, 高心理弹性组对积极词汇的再认成绩更好($t=2.503, P<0.05$), 对消极词汇的再认平均反应时更长($t=-3.590, P<0.05$)。结论 经历挫折后, 高心理弹性大学生比低心理弹性大学生对积极信息有更多的注意选择偏向, 并对积极信息有更多的认知加工, 而对消极信息有更少的认知加工。

【关键词】 精神卫生; 弹性; 认知; 学生

【中图分类号】 B 844.2 R 395.6 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2017)02-0208-04

Impact of resilience to college students' cognitive bias when suffering frustration/LI Yihui, LIU Xiaozhen, QIU Yue, TANG Hong. Institute of Psychology, Gannan Medical University, Ganzhou(341000), Jiangxi Province, China

【Abstract】 Objective To explore the cognitive characteristics of college students with different resilience levels before and after frustration. **Methods** Twenty high resilience subjects and 20 low resilience subjects were chosen from 800 college students according to the scores in the scale of Connor-Davidson Resilience. The first experiment adopted 2 (resilience levels) × 2 (positive and passive emotional face picture) mixed experiment design and the two group samples were required to finish selective attention test. The second experiment use 2 (resilience levels) × 2 (positive and passive vocabulary) mixed experiment design and the same participants were required to finish a short-term memory recognition test. **Results** In experiment 1, before frustration, all participants selected more positive emotional face pictures, after suffering frustration, the response time to selected positive face picture of high resilience group was significant slower than that low resilience group ($t=-2.072, P<0.05$). In experiment 2, after suffering frustration, scores of high resilience group in positive vocabulary was significant higher than low resilience group ($t=2.503, P<0.05$), and the response time to passive vocabulary was significant longer than low resilience group ($t=-3.590, P<0.05$). **Conclusion** In contrast with low resilience group, high resilience group had more positive attentional bias and cognitive processing on positive information and less cognitive processing on passive information.

【Key words】 Mental health; Elasticity; Cognition; Students

心理弹性是指个体在面对生活逆境、创伤、悲剧、威胁或其他重大生活压力时的良好适应能力, 意味着面对生活压力或挫折时的“反弹能力”^[1]。心理弹性近年来成为研究的热点, 研究重点主要集中在将心理弹性作为变量, 探讨与心理健康、压力应对、情绪调节等方面的关系^[2-4]; 探讨心理弹性如何通过保护因子

发挥效用的作用机制^[5-6]。Kumpfer^[7]在心理弹性的“人—过程—环境整合模型”中提出了人面对负性事件时环境、个体特征、适应结果之间的交互作用模型; 心理弹性作为个体内部保护性因素, 能缓解负性事件产生的影响; 心理弹性的产生是由于个体通过认知因子对外界环境进行有选择的觉知, 从而适应环境发展而来, 提出了个体认知特点与心理弹性的关系。

注意和记忆是认知加工过程的重要部分, 当面对不同属性的信息进行选择性加工时就会产生认知偏向。心理弹性能反应个体面对压力或挫折等负性事件时的恢复和适应能力, 心理弹性水平高者面对挫折, 能迅速调整自己的认知并快速恢复情绪; 心理弹性水平低者面对挫折时能更多地关注负性事件带来

【基金项目】 江西省社会发展项目(20151BBG70079); 江西省高校人文社会科学研究项目(XL1501)。

【作者简介】 李奕慧(1983-), 女, 湖南郴州人, 硕士, 讲师, 主要研究方向为积极心理学。

【通讯作者】 唐宏, E-mail: psyth@163.com。

DOI: 10.16835/j.cnki.1000-9817.2017.02.015

的消极结果,从而产生更多负性情绪。因此,心理弹性与个体对事件的认知加工密切相关。已有研究发现,不同心理弹性水平者对受挫事件的认知不同,Tugade 等^[8]的实验研究发现当高心理弹性组被试意识到自己无法完成实验任务时,比低心理弹性组有更积极的认知评价。有研究发现,心理弹性水平高的儿童感知到的严重压力影响远没有心理弹性水平低的儿童所认为的持久^[9]。基于此,本研究假设在受挫情境下,不同心理弹性水平个体的认知差异主要表现为,对不同属性的信息有不同的注意选择偏向和记忆偏向。本研究考察不同心理弹性水平大学生在受挫情境前后,面对不同属性图片的注意偏向和不同属性词汇的记忆偏向间存在的差异,从而探讨心理弹性对大学生受挫后认知偏向的影响。

1 对象与方法

1.1 对象 采用方便取样法于 2016 年 3 月随机选取赣南医学院在校全日制本科生 800 名,采用于肖楠等于 2007 年修订的心理弹性量表中文版对被试进行筛选,回收有效问卷 680 份,有效回收率为 85%。根据心理弹性得分,分别取上下限 3% 的被试作为高心理弹性组和低心理弹性组,每组各 20 人。实验被试要求熟悉计算机基本操作,近期没有做过相关的研究,且裸视或矫正视力正常。

1.2 测量工具 采用于肖楠等于 2007 年修订的心理弹性量表中文版(Connor-Davidson Resilience Scale, CD-RISC)^[11],同时采用张建新等^[10]的 3 维度分法,即坚韧性、力量性和乐观性,共有 25 个条目,采用 5 级计分方式,得分越高表示心理弹性水平越高。该量表 Cronbach α 系数为 0.89,重测信度为 0.87。通过在不同人群中施测,具有良好的信度和效度,并且 CD-RISC 量表对于心理弹性的预测效力应用较为广泛^[11]。

1.3 实验材料

1.3.1 词汇 实验材料中的词汇选取“现代汉语双字形容词感情信息评定库”中词汇,选取的标准考虑到词汇的愉悦度、激动度、优势度和熟悉度 4 个指标,选取 10 个中性词汇作为练习材料,选取 40 个积极词汇,40 个消极词汇,其中分别随机抽取 20 个积极词汇和消极词汇用于受挫前记忆再认实验中,另外 20 个积极词汇和消极词汇用于受挫后的记忆再认的实验中。

1.3.2 图片 实验中的图片选用国际标准化图片库中的情绪图片,选取的标准考虑到图片的效价度、唤醒度和优势度 3 个指标,考虑到中国文化背景的因素,共选取积极情绪面孔图片与消极情绪面孔图片各 40 张,组成“积极—消极”或“消极—积极”两两配对的

40 组,其中 20 组用于受挫前的选择性注意实验,另外 20 组用于受挫后的选择性注意实验。中性图片 10 张用于实验练习材料。

1.4 实验设计 本研究包括选择性注意实验和短时记忆再认实验,2 个实验的被试相同,先进行自然状态下的选择性注意实验和短时记忆再认实验,经过受挫体验后,在进行不同实验材料设置的选择性注意实验和短时记忆再认实验,比较受挫体验前后不同心理弹性组认知偏向的差异。

1.4.1 注意偏向实验

1.4.1.1 实验设计 采用点探测范式,考察不同心理弹性水平大学生受挫前后的注意偏向特点,用 2(心理弹性水平) \times 2(图片类型)的混合实验设计。其中心理弹性水平为组间变量,包括高心理弹性组和低心理弹性组;图片类型是组内变量,分为积极情绪面孔图片和消极情绪面孔图片。因变量为被试注意选择不同属性图片的平均反应时。

1.4.1.2 实验程序 全部实验材料均由相同分辨率的计算机屏幕呈现,每个被试单独进行施测,采用 E-prime 编写程序。实验过程包括 3 个部分:第 1 部分为练习 5 次,让被试熟悉实验操作;第 2 部分为自然状态下注意选择图片实验 20 次;第 3 部分为受挫体验后,被试注意选择图片实验 20 次。整个实验由 2 项组成,总耗时约 10 min。每项实验开始前均对操作进行说明,请按指导语进行操作完成实验。实验结果仅用于课题研究,且结果完全保密。

1.4.2 记忆偏向实验

1.4.2.1 实验设计 本实验采用 2(心理弹性水平) \times 2(词汇类型)的混合实验设计。被试与注意偏向研究被试相同,词汇类型为组内变量,词汇类型包括积极词汇和消极词汇。因变量为被试记忆再认不同属性词汇的正确率和平均反应时。

1.4.2.2 实验程序 全部实验材料均由相同分辨率的计算机屏幕呈现,每个被试单独进行施测,采用 E-prime 编写程序。实验过程包括 2 个部分:第一部分自然状态下短时记忆再认实验 20 次,第二部分为受挫后短时记忆再认实验 20 次。受挫体验与注意偏向实验相同。

1.5 统计分析 使用 SPSS 19.0 对数据进行配对样本 t 检验。比较不同心理弹性大学生受挫前后对选择不同属性情绪面孔图片平均反应时的差异和对不同属性词汇的再认正确数及平均反应时的差异。检验水准 $\alpha=0.05$ 。

2 结果

2.1 不同心理弹性大学生受挫体验前后选择不同属

性情绪面孔图片的平均反应时比较 高心理弹性组受挫前后选择积极情绪面孔和消极情绪面孔的平均反应时差异均无统计学意义(P 值均 >0.05);低心理弹性组在受挫体验后选择对积极和消极情绪面孔的平均反应时都减少(P 值均 <0.05)。受挫体验前,高心理弹性组对积极情绪面孔图片注意选择反应时少于消极面孔图片($t = -1.706, P < 0.05$),低心理弹性组对积极情绪面孔图片反应时少于消极情绪面孔($t = 3.646, P < 0.05$);受挫体验后,低心理弹性组对积极情绪面孔图片的反应时长于消极情绪反应时($t = 9.140, P < 0.01$)。受挫体验后,高低心理弹性组间对积极情绪面孔图片和消极情绪面孔图片的平均反应时差异有统计学意义(t 值分别为 $-2.072, 2.040, P$ 值均 <0.05)。且相对高心理弹性组,低心理弹性组受挫体验后选择积极情绪面孔平均反应时更长,选择消极情绪面孔平均反应时更短。见表 1。

表 1 不同心理弹性组大学生受挫
体验前后选择不同属性图片平均反应时比较($\bar{x} \pm s, ms$)

组别	调查时间	人数	统计值	积极	消极
高心理弹性组	受挫前	20		417.29±71.61	446.57±85.23
	受挫后	20		429.40±55.29	464.37±81.80
			t 值 P 值	-0.978 0.341	-1.884 0.075
低心理弹性组	受挫前	20		450.68±70.50	469.25±65.88
	受挫后	20		434.41±69.43	419.23±55.65
			t 值 P 值	3.642 0.002	2.635 0.016

2.2 不同心理弹性大学生受挫体验前后对不同属性词汇再认正确数比较 高、低心理弹性组在受挫体验后对积极词汇的再认正确个数均下降(P 值均 <0.05),对消极词汇的再认正确个数差异均无统计学意义。受挫前,高心理弹性组对积极词汇的再认正确个数高于消极词汇($t = 2.960, P < 0.05$),而低心理弹性组对积极和消极词汇的正确再认个数差异无统计学意义($t = -1.405, P > 0.05$)。受挫前对积极词汇再认的正确个数,高心理弹性组高于低心理弹性组($t = 2.503, P < 0.05$),而对消极词汇再认的正确个数,心理弹性组大学生差异无统计学意义($t = -1.598, P > 0.05$)。受挫体验后,高心理弹性组对积极词汇和消极词汇的正确再认个数差异无统计学意义,而低心理弹性组对消极词汇再认个数高于积极词汇($t = -4.717, P < 0.05$)。受挫后,低心理弹性组对积极词汇的再认个数低于高心理弹性组($t = 2.113, P < 0.05$);而对消极词汇的再认正确个数,高低心理弹性大学生间差异无统计学意义($t = -0.987, P > 0.05$)。见表 2。

2.3 不同心理弹性大学生受挫体验前后对不同属性词汇再认平均反应时比较 受挫前,高心理弹性组对积极词汇的再认平均反应时少于消极词汇($t = 3.057,$

$P < 0.05$),低心理弹性组对积极词汇的再认平均反应时长于消极词汇($t = 3.969, P < 0.05$)。受挫前对积极词汇的平均反应时,高心理弹性组再认积极词汇的平均反应时少于低心理弹性组($t = -3.590, P < 0.05$),而对消极词汇的平均反应时,不同心理弹性大学生差异无统计学意义。受挫体验后,高心理弹性组对积极词汇的反应时少于消极词汇($t = -4.140, P < 0.05$),而低心理弹性组对积极词汇的反应时长于消极词汇($t = 6.818, P < 0.01$)。受挫后,高心理弹性组对积极词汇的再认平均反应时仍低于低心理弹性组($t = -3.107, P < 0.05$),高心理弹性组对消极词汇的平均反应时高于低心理弹性组($t = 2.063, P < 0.05$)。见表 3。

表 2 不同心理弹性组大学生受挫
体验前后对不同属性词汇再认正确数比较($\bar{x} \pm s$)

组别	调查时间	人数	统计值	积极	消极
高心理弹性组	受挫前	20		18.75±1.16	17.50±1.85
	受挫后	20		17.20±1.77	17.50±1.91
			t 值 P 值	3.204 0.005	0.000 1.000
低心理弹性组	受挫前	20		17.50±1.90	18.30±1.26
	受挫后	20		16.10±1.52	18.05±1.61
			t 值 P 值	2.570 0.019	0.630 0.536

表 3 高低心理弹性组大学生受挫体验前后
对不同属性词汇再认平均反应时比较($\bar{x} \pm s, ms$)

组别	调查时间	人数	统计值	积极	消极
高心理弹性组	受挫前	20		737.16±58.26	781.41±71.95
	受挫后	20		750.40±65.36	802.50±100.20
			t 值 P 值	-0.927 0.366	-1.074 0.296
低心理弹性组	受挫前	20		845.54±121.78	778.37±84.68
	受挫后	20		727.17±88.93	745.77±71.31
			t 值 P 值	0.945 0.356	2.915 0.009

3 讨论

3.1 心理弹性对大学生注意偏向的影响 在对不同属性图片的选择性注意实验中,受挫前,不同心理弹性水平大学生对不同属性情绪面孔的平均反应时差异无统计学意义,且对积极情绪面孔图片的反应时都少于消极情绪面孔。表明自然状态下,心理弹性对注意偏向的影响无统计学意义,高低心理弹性组都会更倾向关注积极情绪面孔图片,与 Jams 等^[12]的结论一致,证实大学生在语言、记忆和思维上有积极选择的偏向。

受挫后,相对低心理弹性组,高心理弹性组选择积极情绪面孔图片的反应时更短,而选择消极情绪面孔的反应时更长,且低心理弹性组选择积极情绪面孔图片的反应时长于消极情绪反应时。可能由于高心理弹性大学生往往情绪稳定、乐观,常常关注事物积极的方面,面对应激事件能有效调节自己的情绪,获

得积极的情绪体验,同时,由于他们长期采用这种应对策略,又能进一步促使心理弹性水平的提高以及获得更多积极的情绪体验。因此,当受到挫折后,面对不同情绪面孔刺激时,高心理弹性组对积极的情绪刺激更敏感,选择更迅速,而低心理弹性组很难调整自己的消极情绪,从而表现为对消极情绪面孔刺激更敏感。根据图式理论^[13],个体在进行认知加工时会优先加工与自身图式一致的信息,低心理弹性组受挫后更容易受负性情绪的影响,倾向于表现为消极的自我图式,是由于消极情绪面孔刺激与低心理弹性组自身的图式一致,因此低心理弹性组对消极情绪面孔图片反应时更短,表现出对负性情绪面孔的注意偏向。

3.2 心理弹性对大学生记忆偏向的影响 受挫前,高心理弹性组对积极词汇再认的正确成绩优于低心理弹性组,再认积极词汇的平均反应时少于低心理弹性组。表明心理弹性属于一种人格特质,根据特质一致性效应,不同心理弹性被试在提取信息时也会存在特质一致性效应^[14]。由于高心理弹性大学生有着积极乐观的品质,平常更多体验到积极的情绪,因此受挫前高心理弹性组对积极词汇的易感性更高,而低心理弹性者平常更多是焦虑、紧张等消极的情绪体验,更少积极的情绪体验,容易受到消极情绪的影响,且情绪恢复能力较高心理弹性者更弱。

受挫后,高、低心理弹性组对积极词汇的再认正确数均下降,说明不同心理弹性组情绪都或多或少会受负性事件的影响。高心理弹性组受挫前后对积极词汇和消极词汇的平均反应时差异均无统计学意义。对积极词汇的再认平均反应时,高心理弹性组比低心理弹性组短;而对消极词汇的再认平均反应时,高心理弹性比低心理弹性组更长。由于受到挫折后心理弹性开始发挥作用,高心理弹性的情绪恢复能力较强。因此即使在受挫后,高心理弹性组仍然关注积极的信息,对积极词汇有更多的认知加工,导致对积极词汇再认正确率高,反应时短,而低心理弹性的个体则对消极词汇有更多的认知加工。Seligman^[15]提出,消极情绪的人常认为负性事件是持久的,而心理弹性水平高者认为负性事件是暂时的,可能与不同心理弹性水平者在经历挫折体验后对不同属性的信息进行加工的深度有关。也有研究提出,个体对负性信息的认知加工偏向,可能是一种自我保护的体现^[16],低心理弹性者处于消极情绪状态时,会更关注负性刺激,评估刺激的属性和程度,从而保护自己免受负性刺激的伤害,因此产生了对消极情绪面孔图片以及消极词汇的认知加工偏向。

本研究表明,心理弹性能影响大学生经历挫折后

的注意偏向和记忆偏向,从而缓冲负性事件对个体的情绪、心理健康等方面的影响;经历挫折后,高心理弹性者依然表现出对积极信息的注意偏向,以及对积极信息的深度加工导致产生对积极信息的记忆偏向,而低心理弹性者则相反,受挫后体验到更多的负性情绪,更多地关注负性信息,与 Tugade 等^[16]的研究一致。由此可见,心理弹性是大学生成功应对逆境的积极因素,增强大学生的心理弹性是促进大学生心理健康水平提高的有效途径之一。

4 参考文献

- [1] 陶云,张莎,唐立,等.不同心理弹性大学生在有或无应激情境下的注意偏向特点[J].心理与行为研究,2012,10(3):196-201.
- [2] 史光远,崔丽霞,雷雳,等.学生的压力、情绪与心理弹性[J].中国心理卫生杂志,2013,27(9):703-708.
- [3] 崔丽霞,殷乐.心理弹性与压力适应的关系:积极情绪中介效应的实验研究[J].心理发展与教育,2012,18(3):308-313.
- [4] 陈珑,于永菊.军校医学生心理弹性与其人格、认知偏向、正负性情绪的关系[J].第三军医大学学报,2013,35(16):1731-1734.
- [5] 马伟娜,桑标,洪灵敏.心理弹性及其作用机制的研究述评[J].华东师范大学学报(教育科学版),2008,26(1):90-96.
- [6] DAVIDSON R J. Affective style, psychopathology, and resilience: brain mechanisms and plasticity [J]. *Am Psychol*, 2000, 55 (11): 1196-1214.
- [7] KUMPFER K L. Factors and processes contributing to resilience [J]. *Res Dev*, 1999(36): 179-224.
- [8] TUGADE M M, FREDRICKSON B L. Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experience [J]. *J Person Soc Psychol*, 2004, 4(86): 320-333.
- [9] 席居哲,桑标,左志宏.心理弹性儿童的压力/逆境认知[J].心理科学,2011,34(1):102-107.
- [10] 于肖楠,张建新.自我韧性量表与 Connor-Davidson 韧性量表的应用比较[J].心理科学,2007,30(15):1169-1171.
- [11] 张帆.三峡库区农村留守儿童心理健康与心理弹性现状及影响因素的研究[D].重庆:重庆医科大学,2013.
- [12] JAMS A, SHEPPERD J A, JULIE K. Abandoning unrealistic optimism: performance estimates and the temporal proximity of self-relevant feedback [J]. *J Person Soc Psychol*, 1996, 70(4): 844-855.
- [13] 郭秀艳.实验心理学[M].北京:人民教育出版社,2005:564-572.
- [14] 陈少华,郑雪.人格特质对选择性加工偏向的影响[J].心理科学,2005,28(5):1135-1138.
- [15] SELIGMAN M E. Authentic happiness: using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment [M]. New York: Free Press, 2002: 26.
- [16] 张敏,卢家楣.青少年负性情绪信息记忆偏向的情绪弹性和性别效应[J].心理学探新,2012,32(4):347-350.
- [17] TUGADE M M, FREDRICKSON B L, BARRETT L F. Psychological resilience and positive emotional granularity: examining the benefits of positive emotions on coping and health [J]. *J Person Soc Psychol*, 2004, 72(6): 1161-1190.

收稿日期:2016-07-11;修回日期:2016-08-29